



Zdravé školy – zdravý život!

Skupina odborníků zkoumala kvalitu ovzduší ve tvé škole, možná dokonce i ve tvé třídě. Tito odborníci pracují na projektu zvaném SINPHONIE. To je v angličtině zkratka pro „Znečištění ve školách a zdraví: síť sledování v Evropě“. Tito odborníci navštívili tvou třídu a změřili množství oxidu uhličitého a dalších plynů a množství prachu v ovzduší.

Experti zkoumali také zdraví dětí v mnoha zemích. Učitelů se ptali na jejich školy a rodičů na domácnosti a nemoci v rodinách. V některých třídách použili lékaři zvláštní přístroje na změření objemu plic dětí. Tím, že změříme například objem vzduchu, který dokáže člověk najednou vdechnout, lze zjistit, jak má zdravé plicе. Odborníci také zkoumali vliv nedostatečného větrání tříd.

CO JE DŮLEŽITÉ

Je důležité, aby vzduch, který dýcháte, byl čistý. Uvnitř lze kvalitu ovzduší zlepšit používáním výrobků, které nezpůsobují znečištění, úklidem a zajištěním dostatečného větrání. Vzduch ve třídě by měl být čistý a nepřítliš teplý, aby se ti lépe učilo, abys byl/a pozornější, mohl/a pracovat rychleji a dělal/a méně chyb. Čistší vzduch ve školách znamená, že:

- Děti a učitelé budou pracovat v menším stresu a nebude je tolik bolet hlava.
- Méně dětí bude trpět astmatem.
- Méně dětí bude muset chodit k lékaři kvůli infekcím dýchacích cest.
- Méně dětí bude muset být doma kvůli nemoci.
- Méně učitelů bude v pracovní neschopnosti kvůli nemoci.



Čerstvý vzduch

Čisté třídy

Nízkoemisní barvy

Výrobky s ekoštítky

Zdravé budovy

NEJLEPŠÍ TIPY

Tvoje škola bude zdravější, když bude čistá a uklizená. Ty a tví kamarádi můžete zlepšit hygienu ve škole tím, že budete pomáhat udržovat čistotu ve třídě, dbát na dostatečné větrání a že nebudete kouřit.

- Dostatečné větrání prokazatelně snižuje koncentraci oxidu uhličitého ve vzduchu v interiéru, čímž ti pomáhá lépe přemýšlet a učit se. Náležité větrání také snižuje koncentrace látek znečišťujících ovzduší.
- Vedení tvé školy by mělo obezřetně vybírat čisticí prostředky a hledat alternativy k jedovatým pesticidům a čisticím chemikáliím. Existuje široká nabídka ekologických čisticích výrobků, ze které si lze vybrat.
- Chemikálie používej opatrně. Nenechávej nádoby s lepidlem nebo barvou otevřené, když už je nepoužíváš.
- Tvoje škola by měla podporovat vhodné chování z hlediska ochrany před slunečním zářením – měla by podněcovat děti k tomu, aby se dostatečně chránily před sluncem vhodným oblečením, aby používaly při hraní venku za slunečného počasí opalovací krémy a aby se vyhýbaly pobytu na slunci kolem poledne a vyhnuly se tak účinkům škodlivého UV záření.

DOUŠEK ČERSTVÉHO VZDUCHU

Jak čistý je vzduch ve tvé škole? Přečti si tipy nalevo a zamysli se, co všechno můžeš každý den udělat pro to, abyste ty i tví kamarádi dýchali čerstvý vzduch!

- Během přestávky by měla být v každé třídě otevřena okna.
- Je lepší otevřít větší počet oken trochu než jedno okno dokořán.
- Nezakrývej větrací otvory.
- Pokud je vzduch ve třídě vydýchaný, požádej vyučujícího, aby otevřel okna během hodiny.

KONTAKTY

SZÚ – Státní zdravotní ústav v Praze ● Praha 10 ● Šrobárova 48, 100 42
Centrum zdraví a životního prostředí ● Tel: 26708 2555 ● Fax: 26708 2454
E-mail: h.kazmarova@szu.cz ● www.szu.cz

www.sinphonie.eu